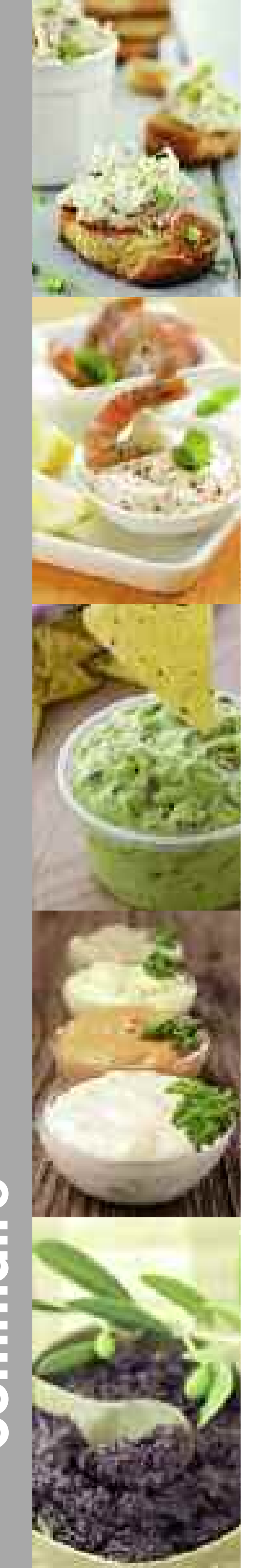
Le Micro




magimix


PULSE
Le Micro
magimix

Sommaire



LISEZ ATTENTIVEMENT LES CONSIGNES DE SÉCURITÉ (p.3) AVANT D'UTILISER VOTRE APPAREIL

- Assurez-vous que le voltage de votre installation correspond à celui de l'appareil indiqué sur la plaque signalétique.
- Cet appareil ne doit pas être utilisé par les enfants. Conserver l'appareil et son câble hors de portée des enfants.
- Ne pas laisser pendre le cordon du plan de travail. Ne jamais le mettre en contact avec une surface chaude ou mouillée.
- Ne jamais utiliser l'appareil après une chute. Déposer l'appareil dans un service après-vente agréé par le fabricant pour le faire examiner.
- Si le câble d'alimentation est endommagé, il doit être remplacé par le fabricant, son service après-vente ou une personne de qualification similaire afin d'éviter un danger.
- L'utilisation de pièces non recommandées ou non vendues par Magimix pourrait entraîner des blessures ou chocs électriques.
- En cas de fissure, de décoloration, de déformation, ou de modification dimensionnelle, d'une pièce ou d'un accessoire, celui-ci doit être changé.
- Ne mettez pas votre cuve au four à micro-ondes
- Manipulez toujours les couteaux avec précaution car ils sont très affutés et tranchants.
- Ne jamais installer le couteau sur l'axe avant d'avoir mis en place correctement la cuve.
- Ne jamais introduire les mains ou un ustensile dans la goulotte lorsque le couteau fonctionne pour ne pas risquer de blessures graves et afin de ne pas endommager l'appareil. Utiliser le poussoir.
- S'assurer que le couvercle est posé bien à plat et verrouillé avant de mettre en marche.
- S'assurer que le moteur est totalement arrêté avant de nettoyer l'appareil.
- Toujours déconnecter l'appareil de l'alimentation si on le laisse sans surveillance et avant montage, démontage ou nettoyage.
- Ne jamais essayer d'entraver le mécanisme de sécurité.
- Ne jamais plonger le bloc moteur dans l'eau ou dans le lave-vaisselle, pour éviter tout risque de choc électrique.
- Ne pas utiliser l'appareil à l'extérieur.
- Cet appareil est destiné uniquement à un usage domestique.
- Les utilisations dans les cas suivants ne sont pas couvertes par la garantie : dans des coins de cuisines réservés au personnel dans des magasins, bureaux et autres environnements professionnels, dans des fermes, par les clients d'hôtels, motels et autres environnements à caractère résidentiel et dans des environnements de types chambres d'hôtes.

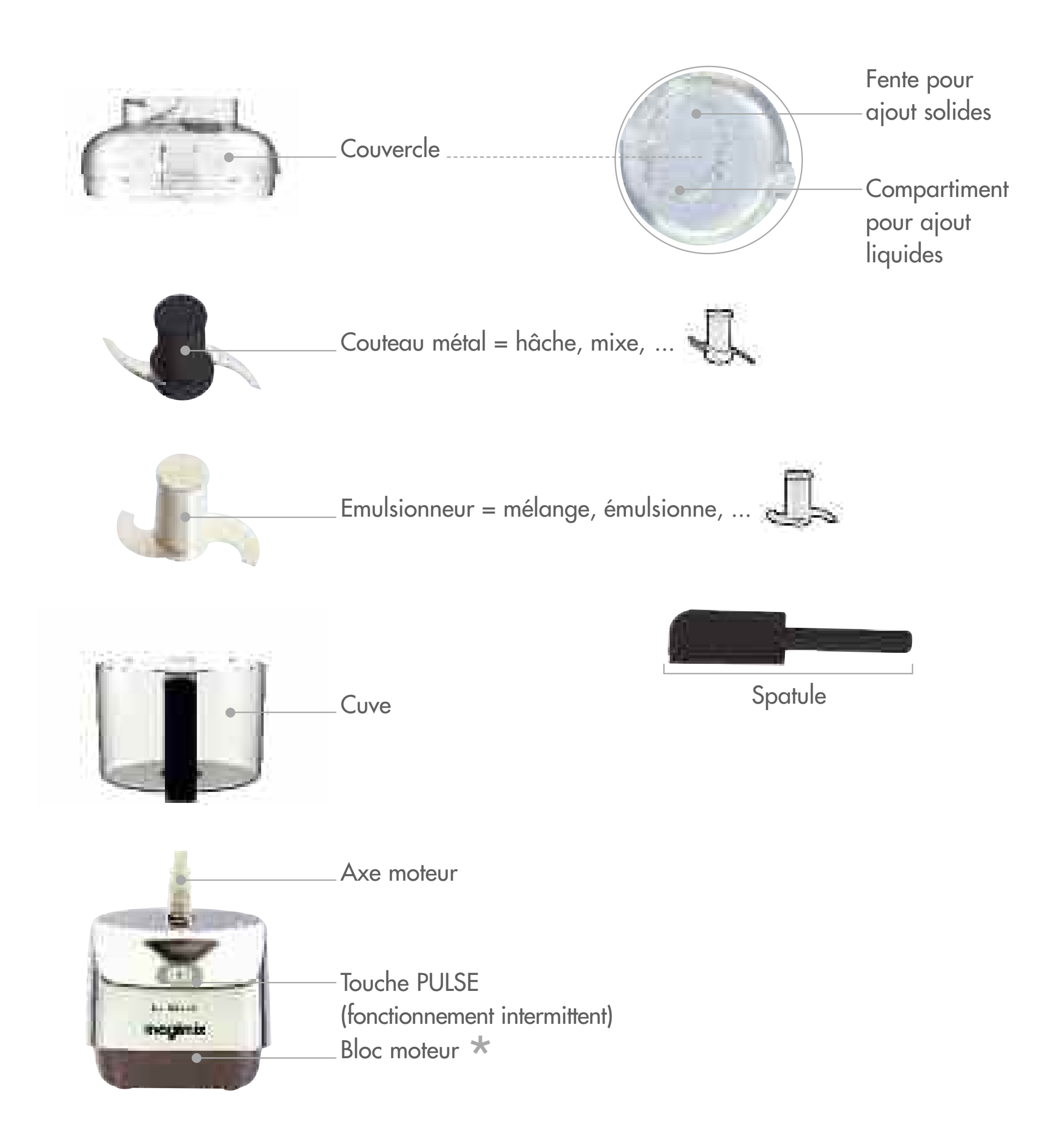
Inventeur du robot multifonction il y a plus de 40 ans, Magimix décline son savoir-faire culinaire et crée Le Micro : une aide précieuse et complémentaire du robot pour toutes les petites préparations quotidiennes.

Discret de par sa taille, Le Micro deviendra vite un outil indispensable : il hache, mixe, mélange et émulsionne sans relâche.

En un clin d'œil réalisez une sauce béarnaise pour accompagner un pavé de bœuf, une tapenade pour un apéritif improvisé, une sauce au pamplemousse pour réveiller une salade d'été… tous ces petits plus qui font de chaque repas une fête.

Nous vous remercions d'avoir choisi un produit Magimix et souhaitons vivement que son usage vous donne entière satisfaction.





* **Vous pouvez ajuster la longueur du cordon d'alimentation. Placez-le correctement dans les encoches prévues à cet effet pour éviter les vibrations.**

Avant la 1ère utilisation, lavez soigneusement les éléments (sauf le bloc moteur).



Verrouillez la cuve sur le bloc moteur.



Placez l'accessoire sur l'axe moteur.



Ajoutez les ingrédients.



Verrouillez le couvercle.



Appuyez sur la touche PULSE.



Lame arrêtée = vous pouvez ouvrir.

1 PULSE = 1 pression de 1 à 2 secondes sur la touche PULSE



Attention le couteau métal est très tranchant, saisissez-le toujours par sa partie centrale.


Ajout de liquide par le compartiment liquides du couvercle.


Ajout de solide par la fente du couvercle.


Si nécessaire rabattez les aliments avec la spatule et donnez 2/3 pulsions.


Tenez le couteau en versant le contenu.

Mode PULSE

L'appareil s'arrête automatiquement en relâchant la pression sur la touche, ce qui permet de contrôler parfaitement les hachages et mixages.

Mode marche en continu

Pour obtenir une texture plus homogène ou émulsionner certaines préparations, maintenez la pression sur la touche pendant quelques secondes.

Double sécurité

Si la cuve et le couvercle ne sont pas correctement bloqués et fermés, l'appareil ne pourra pas fonctionner.
Pendant les périodes de non-utilisation, ne verrouillez pas le couvercle.

	Max.		Mode*		Conseils
	Quantité	Temps*	P	C	
oignon, échalote	$^2/_3$ cuve	20 s	●		coupé en 4
ail	$^2/_3$ cuve	20 s	●		
herbes fraîches	$^2/_3$ cuve	20 s	●		
jambon blanc	200 g	20 s	●		en dés de 2 cm
viande	350 g	15 s		●	en dés de 2 cm
fromage	200 g	50 s		●	en dés de 2 cm
noix, noisettes	200 g	25 s	●		
fruits	$^2/_3$ cuve	35 s	●		en dés de 2 cm
légumes	$^2/_3$ cuve	35 s	●		en dés de 2 cm
biscottes	50 g	30 s	●		en morceaux

En règle générale

- Coupez les aliments en dés de 2 cm.
- Ne remplissez pas la cuve au-delà des $^2/_3$.
- Lorsque vous voulez mélanger solides et liquides : travaillez d'abord les solides puis ajoutez les liquides.

* Mode P = Mode Pulse
Mode C = Mode marche en Continu

* Les temps sont donnés à titre indicatif : adaptez la durée et le nombre d'impulsions en fonction du résultat souhaité.

⚠ **N'utilisez jamais Le Micro pour hacher des ingrédients très durs comme les noix de muscade : vous risqueriez de l'endommager.**



Débranchez toujours avant nettoyage.



Nettoyez immédiatement après utilisation (eau + produit vaisselle).
Essuyez les pièces soigneusement.



Accessoires : utilisez un goupillon pour nettoyer la base des accessoires.



Bloc moteur : essuyez-le avec un chiffon doux humide.

Afin de préserver l'aspect et la longévité des éléments amovibles, veillez à respecter les conditions suivantes:

- Lave-vaisselle : sélectionnez la température minimale (< 40°C) et évitez le cycle de séchage (généralement > 60°C).
- Lavage à la main : évitez de laisser trop longtemps immergés les éléments avec du détergent. Evitez les produits abrasifs (ex. : tampons métalliques).
- Détergents : vérifiez sur les conseils d'utilisation, leur compatibilité avec les articles plastiques.

Ne laissez pas tremper les éléments. Essuyez-les après les avoir lavés.
Veillez à bien essuyer vos pièces inox pour éviter les marques d'oxydation.
Elles n'altèrent en rien la qualité des couteaux.
Certains aliments comme la carotte colorent le plastique : utilisez un essuie-tout imbibé d'huile végétale pour atténuer cette coloration.



Ne plongez jamais le bloc moteur dans l'eau.

COMMENT LIRE LES RECETTES

Technique de la recette : très facile - facile - plus élaborée

Mesures :

1 bol = 250-300 g

c.c. = cuillère à café

c.s. = cuillère à soupe



Utilisation du couteau métal   Utilisation de l'accessoire émulsionneur

1 pulsion = 1 pression de 1 à 2 secondes sur la touche PULSE

INDEX DES CHAPITRES

Les Incontournables

Mayonnaise classique

 • Préparation : 5 min.

Pour 1 bol
2 jaunes d'œufs
1 c.s. de moutarde forte
300 ml d'huile
sel, poivre
2 c.s de vinaigre (facultatif)

Mettez dans la cuve, les jaunes d'œufs, la moutarde, sel, poivre et 1 c.s. d'huile. Donnez 3 pulsions. Maintenez la pression sur la touche pulse (marche en continu) et ajoutez l'huile en un mince filet par le compartiment liquides du couvercle jusqu'à obtenir la consistance désirée (env. 30 s).

Astuce du chef : tous les ingrédients doivent être à la même température. Vous pouvez ajouter selon votre goût 2 c.s. de vinaigre ou de citron. Utilisez les oeufs entiers pour une mayonnaise plus aérée.

Mayonnaise sans huile

 • Préparation : 5 min.

Pour 1 bol
2 jaunes d'œufs durs
1 c.c. de moutarde forte
220 g fromage blanc allégé
1 c.c. de vinaigre
sel, poivre

Mettez les jaunes d'œufs dans la cuve et donnez 3 pulsions. Ajoutez les autres ingrédients et donnez 4/5 pulsions jusqu'à obtenir une consistance homogène.



Sauce aïoli



• Préparation : 5 min.

Pour 1 bol
1 bol de mayonnaise
3 gousses d'ail

Pelez et dégermez les gousses d'ail. Hachez-les dans le Micro avec le couteau métal (5/6 pulsions). Réservez le hachis d'ail et remplacez le couteau métal par l'accessoire émulsionneur. Préparez la mayonnaise comme indiquée p.12. Ajoutez le hachis d'ail et donnez 2/3 pulsions.

Astuce du chef : pour accompagner des légumes cuits à la vapeur, du poisson froid, des œufs durs…

Sauce béarnaise



• Préparation : 10 min. • Cuisson : 10 min.

Pour 1 petit bol
2 échalotes
2 branches d'estragon
100 g de beurre froid
2 jaunes d'œufs
50 ml de vinaigre de cidre
sel, poivre

Hachez les échalotes et l'estragon à l'aide du Micro (4/5 pulsions).

Dans une petite casserole à fond épais, mettez le hachis, le vinaigre, le sel et le poivre. Faites réduire de moitié à feu doux.

Versez la réduction dans la cuve, ajoutez les jaunes d'œufs et donnez 3 pulsions. Ajoutez le beurre coupé en dés et donnez 8 pulsions jusqu'à obtenir la consistance désirée.

Astuce du chef : accompagne toutes les viandes grillées.

Sauce rémoulade



• Préparation : 10 min.

Pour 1 bol
1 bol de mayonnaise
1 c.s. de moutarde
1 échalote

Hachez l'échalote dans le Micro avec le couteau métal (5/6 pulsions). Réservez la pulpe d'échalote et remplacez le couteau métal par l'accessoire émulsionneur. Préparez la mayonnaise comme indiquée p.12 . Ajoutez la pulpe d'échalote et la moutarde, puis donnez 2/3 pulsions.

Astuce du chef : accompagne les crudités (céleri, chou rouge), œufs, poissons…



Sauce cocktail


• Préparation : 10 min.

Pour 1 bol
1 bol de mayonnaise
1 c.s. de ketchup
1 c.s. de Porto ou de Cognac
1 c.c. de sauce Worcestershire
2 gouttes de Tabasco ®
1 c.s. de crème fraîche

Reprenez la recette de la mayonnaise classique (p.12). Une fois la mayonnaise montée, ajoutez les autres ingrédients et donnez 5/6 pulsions jusqu'à obtenir un mélange homogène.

Astuce du chef : accompagne avocat, crevettes…

Sauce ravigote


• Préparation : 5 min.

Pour 1 petit bol
1 c.c. de moutarde à l'ancienne
50 ml de vinaigre de vin
100 ml d'huile de tournesol
1 échalote
cerfeuil, estragon, persil plat…

Coupez l'échalote en 4, et placez-la dans la cuve du Micro avec le vinaigre, la moutarde et les herbes. Donnez 10 pulsions. Faites fonctionner en continu (env. 20 s) et ajoutez l'huile en un mince filet par le compartiment liquides du couvercle.

Astuce du chef : n'hésitez pas à mettre toutes les herbes fraîches que vous trouverez.

Accompagne un pâté de tête, de la viande en gelée ou des grillades.

Sauce rouille


• Préparation : 10 min.

Pour 1 bol
2 gousses d'ail
1 c.s. de concentré de tomates
2 jaunes d'œufs
1 pincée de piment de Cayenne
1 g de safran en poudre
200 ml d'huile d'olive
sel, poivre

Pelez les gousses d'ail. Coupez-les en 2 et retirez le germe central. Mettez-les dans la cuve du Micro. Ajoutez les jaunes d'œufs, le safran, le piment. Salez légèrement et poivrez. Mettez en marche 20 s puis ajoutez petit à petit l'huile d'olive par le compartiment liquides du couvercle. Ouvrez le couvercle et incorporez le concentré de tomates. Donnez quelques pulsions pour homogénéiser la sauce.

Astuce du chef : vous pouvez remplacer le safran par du paprika.

Accompagne la bouillabaisse, les poissons frits ou pochés, la soupe de poissons.

Sauce tartare

 • Préparation : 5 min.

Pour 1 bol
1 bol de mayonnaise
4 cornichons
2 c.s. de câpres
1 petit oignon nouveau
persil, ciboulette, cerfeuil
sel, poivre

Mixez les cornichons, les câpres, l'oignon, et les herbes dans la cuve du Micro munie du couteau métal. Réservez la préparation et remplacez le couteau métal par l'accessoire émulsionneur. Préparez la mayonnaise comme indiquée p.12. Incorporez le hachis réservé, puis donnez 2/3 pulsions. Assaisonnez à votre convenance.

Astuce du chef : accompagne steak tartare, poissons…

Beurre d'escargots

 • Préparation : 5 min.

Pour 2 douzaines d'escargots
125 g de beurre
2 gousses d'ail
½ bouquet de persil
sel, poivre

Mettez le persil et l'ail dégermé dans la cuve et donnez 5/6 pulsions. Ajoutez le beurre mou coupé en petits morceaux. Faites fonctionner en continu pendant 1 min. Salez, poivrez et faites tourner à nouveau 30 s.

Astuce du chef : ce beurre sert non seulement pour les escargots, mais il parfume agréablement des légumes cuits à la vapeur ou se tartine sur du pain grillé.





Pesto


• Préparation : 10 min.

Pour 1 bol
2 petites gousses d'ail
1 bouquet de basilic
50 g de parmesan
50 g de pignons de pin
100 ml d'huile d'olive
fleur de sel, poivre

Lavez le basilic, détachez les feuilles et séchez-les. Pelez les gousses d'ail, coupez-les en 2 et retirez le germe central. Placez dans la cuve l'ail, le basilic, les pignons de pin, le parmesan, le poivre et 1 c.c. de fleur de sel. Donnez 10 pulsions environ jusqu'à obtenir un mélange homogène. Ajoutez alors l'huile d'olive par le compartiment liquides du couvercle sans cesser de mixer.

Astuce du chef : délicieux avec des pâtes.



Marinade pour poissons



Pour 1 petit bol
1 jus de citron jaune
1 c.s. de baies roses
1 brin de persil plat
4 brins de ciboulette
50 ml d'huile d'olive
fleur de sel, poivre

Mettez dans la cuve du Micro : les baies roses, les herbes et donnez 4/5 pulsions. Faites fonctionner en continu pendant 20 à 40 s et ajoutez par le compartiment liquides du couvercle le jus de citron et l'huile d'olive. Salez et poivrez à votre convenance.

Astuce du chef : versez cette marinade sur un tartare ou carpaccio de poisson et laissez mariner environ 2 h au frais avant de servir.

Harissa



Pour 1 bol
250 g de piments rouges
1 gousse d'ail
1 c.c. de coriandre
1 c.c. de carvi
5 c.s. d'huile d'olive
1 c.c. de sel
1 c.c. de cumin (optionnel)

Enlevez les pépins des piments, rincez-les et égouttez-les plusieurs fois dans une passoire. Placez-les dans la cuve du Micro avec l'ail coupé en 4 et dégermé, donnez 6/7 pulsions. Ajoutez les autres ingrédients et donnez à nouveau 4/5 pulsions.

Astuce du chef : transvasez la harissa dans un petit pot avec couvercle et recouvrez de 3 c.s. d'huile d'olive : ainsi préparée, la harissa peut se conserver plusieurs semaines au réfrigérateur.



Sucre vanillé



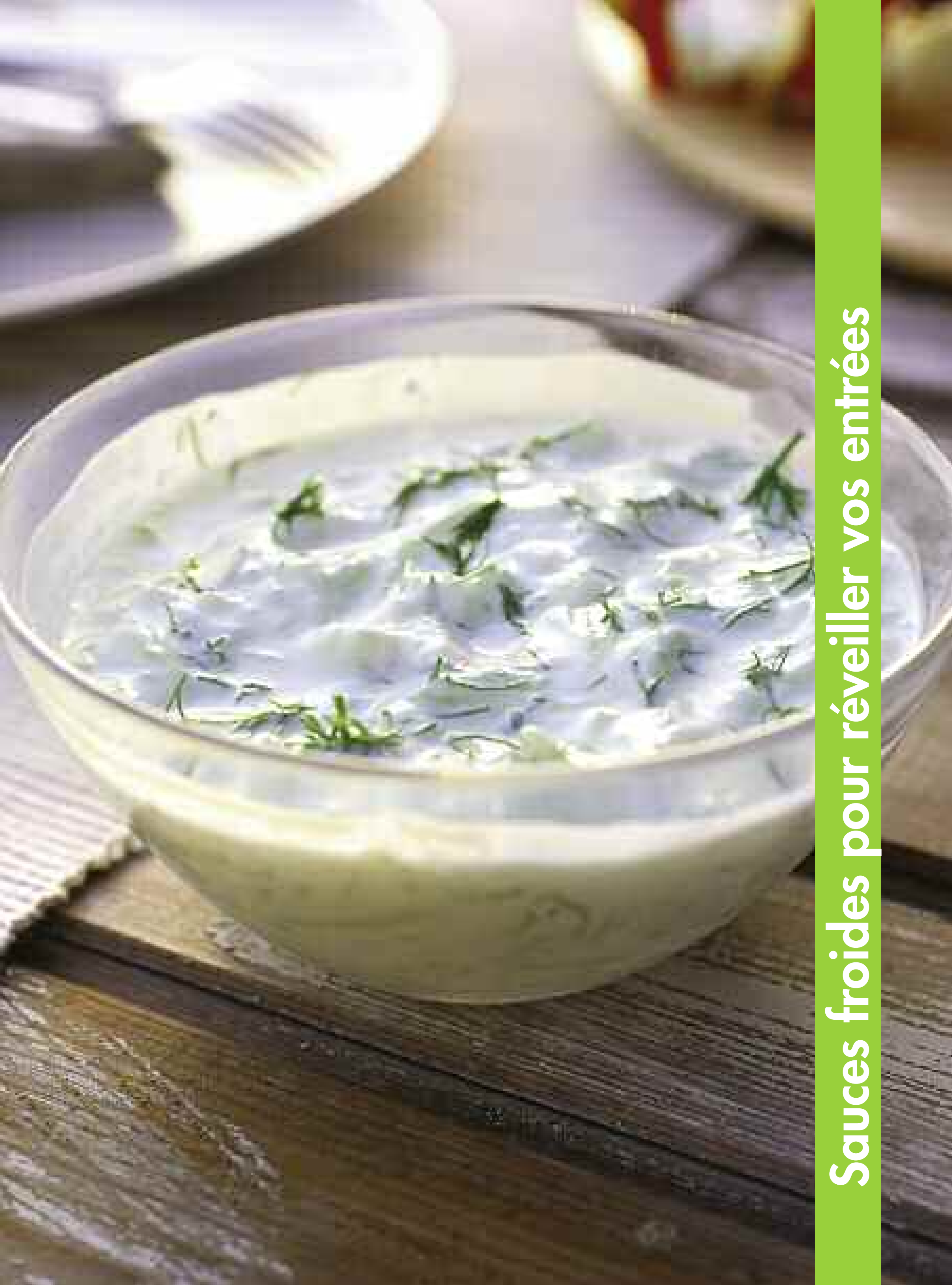
• Préparation : 5 min.

Pour 250 g
250 g de sucre en poudre
1 gousse de vanille

Placez la gousse de vanille dans la cuve. Donnez 10 pulsions jusqu'à la réduire en pâte fine. Ajoutez le sucre et donnez 4/5 pulsions pour obtenir un mélange homogène.

Astuce du chef : vous pouvez ajouter de la cannelle en poudre. Parfume agréablement vos desserts (tartes aux fruits, crèmes brûlées…).




Sauces froides pour réveiller vos entrées

Sauce pour asperges

 • Préparation : 5 min.

Pour 1 bol
3 c.s. de fromage blanc battu
2 c.s. de jus d'orange
1 c.c. de vinaigre de cidre
3 brins de ciboulette
sel, poivre

Placez tous les ingrédients (sauf la ciboulette) dans la cuve : donnez 5/6 pulsions, puis laissez tourner 5 s en continu. Répartissez au dernier moment la ciboulette ciselée.

Astuce du chef : pour rendre la sauce plus aérienne, vous pouvez ajouter 1 blanc d'œuf.

Sauce bleu

 • Préparation : 5 min.

Pour 1 bol
2 c.s. de vinaigre de xérès
100 ml d'huile d'olive
75 g de bleu
40 g de noisettes
sel

Hachez les noisettes dans le Micro (6/7 pulsions). Ajoutez le bleu grossièrement émietté, le vinaigre et une pincée de sel, puis donnez 2/3 pulsions. Ajoutez alors l'huile d'olive par le compartiment liquides du couvercle en laissant tourner en continu environ 15 s.

Astuce du chef : délicieuse avec une salade d'endives.



Sauce aux prunes

 • Préparation : 5 min.

Pour 1 petit bol
½ c.c. de moutarde à l'ancienne
½ yaourt velouté
1 c.c. de jus d'orange
1 c.c. de confiture de prunes
1 c.s. de vodka

Placez tous les ingrédients dans la cuve, donnez 4/5 pulsions, puis laissez tourner 10 s en continu.

Astuce du chef : délicieuse avec la viande de porc (jambon, côtelettes…).

Sauce au curry

 • Préparation : 5 min.

Pour 1 bol
6 c.s de crème fraîche
1 c.c. curry
3 c.c. de jus de citron

Mettez tous les ingrédients dans la cuve et donnez 3/4 pulsions.

Astuce du chef : onctueuse en accompagnement d'une salade de cœurs de palmier, d'une salade de poulet… Pour varier les plaisirs, remplacez le jus de citron par 1 c.c. de moutarde à l'ancienne.



Sauce verte



• Préparation : 5 min.

Pour 1 petit bol
50 g d'épinards cuits
2 jaunes d'œufs durs
4 c.s. d'huile d'olive
½ yaourt velouté
2 c.c. de vinaigre
1 petite gousse d'ail
1 oignon nouveau
1 brin d'aneth
1 brin d'estragon
1 brin de persil
1 pincée de muscade

Placez tous les ingrédients dans la cuve, donnez 4/5 pulsions, puis laissez tourner 10 s en continu.

Astuce du chef : délicieuse avec du poisson, de la viande froide ou une salade de pâtes.

Sauce au chèvre



• Préparation : 5 min.

Pour 1 petit bol
100 g de fromage de chèvre
2 c.s. de ricotta
60 ml d'huile d'olive
1 petit oignon nouveau
2 c.c. de crème fraîche
1 c.s. de jus de citron
sel, poivre

Placez l'oignon dans la cuve, donnez 2/3 pulsions, puis ajoutez les autres ingrédients. Donnez 2 pulsions, puis laissez tourner 10 s en continu.

Astuce du chef : accompagne parfaitement des pommes de terre cuites, des œufs durs ou du poulet.

Sauce au citron



• Préparation : 5 min.

Pour 1 petit bol
100 ml d'huile d'olive
3 c.s. de jus de citron
2 c.s. de crème fraîche
½ c.c. de sauce Worcestershire
sel, poivre

Placez tous les ingrédients dans la cuve. Donnez 4/5 pulsions, puis laissez tourner 5 s en continu.

Astuce du chef : cette sauce se marie agréablement avec toutes les salades en particulier avec les mélanges sucrés / salés.

Sauce moutarde et miel

 • Préparation : 5 min.

Pour 1 petit bol
1 c.s. de miel
5 c.s. d'huile d'olive
1 c.s. de moutarde à l'ancienne
2 c.s. de jus de citron
1/2 gousse d'ail pressée

Placez dans la cuve : le miel, la moutarde, le jus de citron et la pulpe d'ail. Donnez 2 pulsions, puis ajoutez l'huile d'olive en un mince filet par le compartiment liquides du couvercle en laissant fonctionner en continu (10 s env.).

Astuce du chef : sublime une salade d'endives aux noix, accompagnée de blancs de poulet émincés.

Sauce pamplemousse

 • Préparation : 5 min.

Pour 1 bol
1 yaourt nature
1 pamplemousse rose
2 c.s. d'huile de tournesol
1 c.c. de ciboulette
sel, poivre

Mettez le yaourt, le jus de pamplemousse et l'huile dans la cuve, donnez 2/3 pulsions. Parsemez de ciboulette ciselée et assaisonnez selon votre goût.

Suggestion d'accompagnement : salade, avocat, crevette, pamplemousse…





Sauce au thon


• Préparation : 5 min.

Pour 1 petit bol
4 c.s. de fromage blanc battu 0%
1 c.s. de thon au naturel
½ échalote
1 brin de persil plat
3 brins de ciboulette
sel, poivre

Placez l'échalote, le persil et la ciboulette dans la cuve : donnez 2/3 pulsions. Ajoutez le thon, le fromage blanc, sel et poivre et mixez 10 s.

Astuce du chef : une sauce allégée pour accompagner des crudités.

Sauce au yaourt


• Préparation : 5 min.

Pour 1 bol
1 yaourt velouté
1 c.c. de moutarde à l'ancienne
1 c.s. de jus de citron
sel, poivre

Placez tous les ingrédients dans la cuve : donnez 5/6 pulsions, c'est prêt.

Astuce du chef : un assaisonnement allégé pour accompagner toutes les crudités. Vous pouvez ajouter à votre guise toutes sortes d'herbes fraîches.

Sauce des îles


• Préparation : 5 min.

Pour 1 petit bol
100 ml de crème fraîche liquide
le jus d'1 citron vert
2 c.s de lait de coco
2 gouttes de Tabasco ®
sel, poivre

Mettez tous les ingrédients dans la cuve et donnez 3/4 pulsions.

Astuce du chef : une touche exotique pour accompagner des entrées à base de poissons.

Sauce piquante latino



• Préparation : 10 min.

Pour 1 petit bol

4 piments verts
¼ d'oignon
1 brin de coriandre
1 brin de persil
2 c.s. de jus de citron
2 c.s. d'huile d'olive
3 c.c. de vinaigre
1 c.c. de fleur de sel

Ouvrez les piments, retirez les pépins et coupez-les en morceaux de 2 cm. Placez-les dans la cuve avec l'oignon, la coriandre et le persil. Donnez 4/5 pulsions. Ajoutez les autres ingrédients et laissez tourner 30 s en continu.

Astuce du chef : sauce chilienne, très piquante, qui accompagne aussi bien poissons, viandes ou légumes. Si vous craignez le piquant utilisez des piments doux !

Sauce thaïlandaise



• Préparation : 5 min.

Pour 1 petit bol
4 c.s. de jus de citron
3 c.s. d'huile d'olive
1 c.s. de sauce soja
1 c.s. d'huile de sésame
1 pincée de sucre roux
1 cm de gingembre frais
½ gousse d'ail
10 feuilles de basilic
1 pincée de chili en poudre

Pelez le gingembre et la gousse d'ail et mettez-les dans la cuve avec les feuilles de basilic. Donnez 5/6 pulsions. Ajoutez les autres ingrédients et donnez à nouveau 3/4 pulsions.

Astuce du chef : servez avec un mélange de crudités : carottes râpées, pousses de soja, laitue, champignons noirs…

Vinaigrette aux agrumes



• Préparation : 5 min.

Pour 1 petit bol
1 orange
1 citron jaune
1 c.c. de sucre
1 c.c. de sauce Worcestershire
100 ml d'huile d'olive
poivre blanc

Pressez les agrumes. Placez tous les ingrédients dans la cuve et laissez tourner 10 s en continu.

Astuce du chef : ensoleille une salade verte accompagnée de tranches de magret fumé ou de blancs de poulet, ou des carottes râpées.

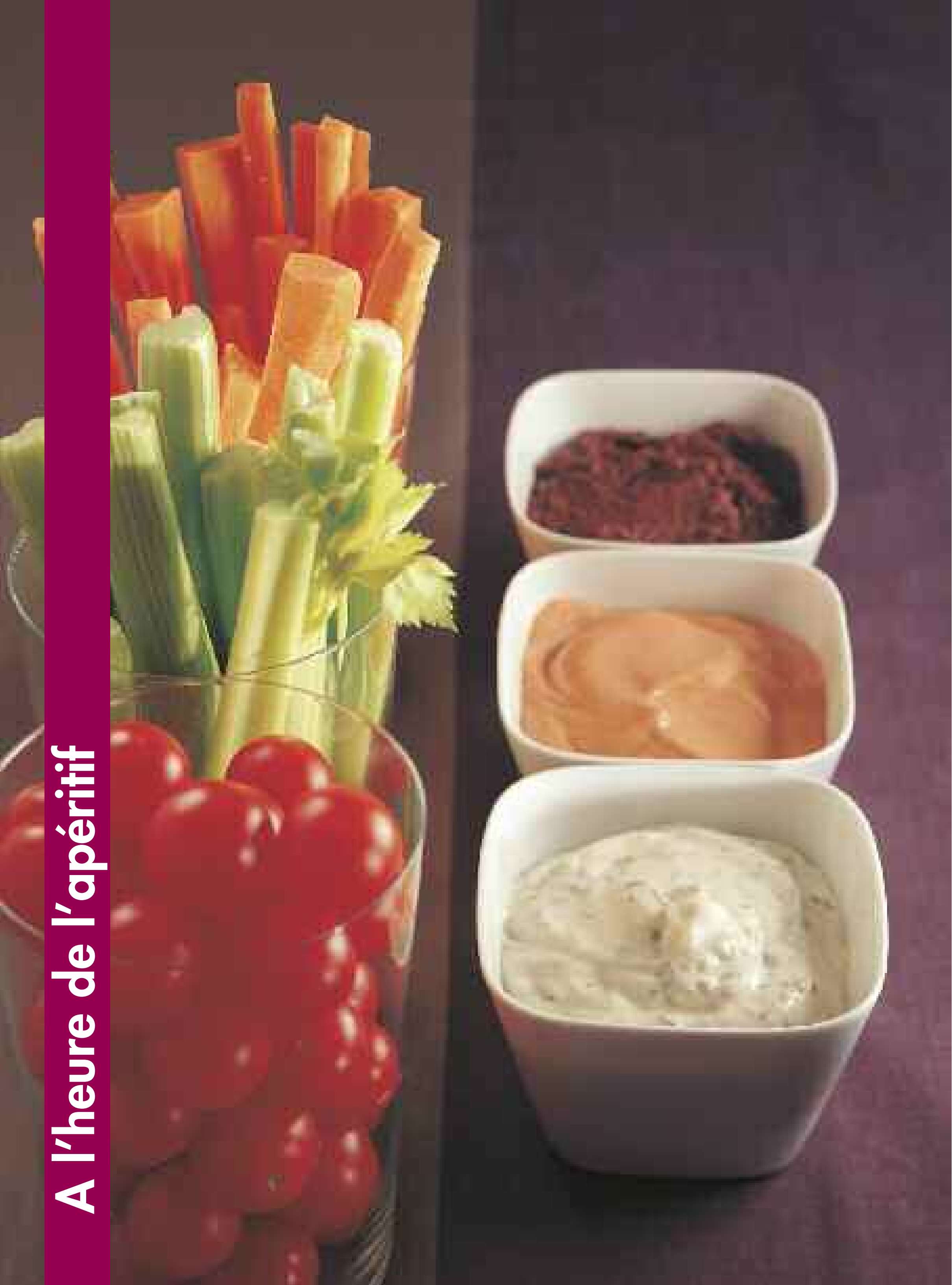
Vinaigrette aux tomates cerises

 • Préparation : 5 min.

Pour 1 petit bol
8 tomates cerises
6 c.s. d'huile d'olive
½ gousse d'ail
1 c.s. de vinaigre balsamique
10 feuilles de basilic
fleur de sel, poivre du moulin

Placez les tomates cerises, le basilic et le morceau d'ail dans la cuve. Salez et poivrez à votre convenance. Donnez 3/4 pulsions, puis ajoutez par le compartiment liquides du couvercle le vinaigre et l'huile en laissant fonctionner en continu (10 s env.).

Astuce du chef : accompagne agréablement une salade de pâtes ou de haricots verts.


A l’heure de l’apéritif

Anchoïade

• Préparation : 10 min.

Pour 1 grand bol
200 g d'anchois à l'huile d'olive
160 g de crème fraîche
2 gousses d'ail
1 c.c. de vinaigre balsamique
1 tranche de pain de mie
poivre

Essuyez les anchois dans du papier absorbant, trempez la tranche de pain de mie dans du lait et essorez-la. Mettez dans la cuve les anchois, le pain, les gousses d'ail dégermées, le vinaigre et le poivre. Mixez jusqu'à obtenir une pommade, environ 30 s. Ouvrez le couvercle et ajoutez la crème fraîche. Laissez tourner jusqu'à sa complète absorption.

Astuce du chef : accompagne délicieusement les légumes crus.

Beurre de sardines au citron

• Préparation : 10 min.

Pour 1 bol
135 g de sardines à l'huile d'olive
1 1/2 citrons jaunes
50 g de beurre
2 jaunes d'œufs durs
5 brins de persil plat
sel, poivre

Pressez les citrons : réservez le jus et la pulpe. Mettez dans la cuve les sardines égouttées et coupées en 2, la pulpe et le jus de citron, les jaunes d'œufs, le beurre coupé en dés, les feuilles de persil, sel et poivre. Donnez environ 10 pulsions.

Astuce du chef : servez très frais sur des toasts.

Caviar d'aubergines



Pour 1 bol
1 petite aubergine
1 petite gousse d'ail
2 c.s. d'huile d'olive
1 c.s. de jus de citron
gros sel
fleur de sel, poivre

Préchauffez votre four à 180°C (T6). Lavez, essuyez l'aubergine et piquez-la avec une fourchette. Posez l'aubergine dans un plat à four tapissé de gros sel et laissez cuire 45 min environ jusqu'à ce que la peau soit flétrie et la chair tendre. Laissez refroidir.

Coupez la gousse d'ail en 2 et retirez le germe. Coupez l'aubergine en 2 et videz la pulpe à l'aide d'une cuillère dans la cuve. Ajoutez les autres ingrédients et donnez 10 pulsions environ jusqu'à obtenir un mélange homogène.

Astuce du chef : parsemez d'olives noires hachées et servez avec des tranches de pain de campagne grillé.



Dip à la mode créole



• Préparation : 10 min. • Cuisson : 5 min.

Pour 1 bol

1 poivron rouge
100 ml de lait de coco
200 g de fromage blanc
le jus d'1/2 citron vert
sel, piment en poudre

Lavez, épépinez et émincez le poivron. Faites cuire 5 min le poivron dans le lait de coco. Ajoutez une pincée de sel et une de piment. Laissez refroidir, puis versez dans la cuve du Micro. Ajoutez le fromage blanc, le citron vert et donnez 2/3 pulsions, puis mixez 30 s en continu.

Astuce du chef : une façon originale d'accompagner les crudités.

Fenouil & Chèvre frais



• Préparation : 10 min.

Pour 1 petit bol

½ bulbe de fenouil
100 g de fromage de chèvre frais
½ citron
ciboulette, menthe, cerfeuil
25 g de noisettes
1 filet d'huile de noisette
sel, poivre

Concassez les noisettes (6/7 pulsions) dans la cuve et réservez. Lavez, coupez le bulbe de fenouil en petits morceaux puis placez-les dans la cuve et donnez quelques pulsions. Ajoutez le jus de citron, le chèvre, l'huile, les herbes, sel, poivre et redonnez 5/6 pulsions. Parsemez de noisettes.

Astuce du chef : à servir avec des tranches de pain grillé.



Guacamole



Pour 1 bol
2 avocats mûrs
1 c.s. de crème fraîche
1 citron vert
tabasco®
1 petit oignon (ou oignon nouveau)
huile d'olive
sel, poivre

Coupez l'oignon en 4 et placez-le dans la cuve. Donnez 3 pulsions, puis ajoutez les avocats pelés et coupés en gros morceaux, le jus de citron, la crème fraîche, quelques gouttes de tabasco et un filet d'huile d'olive. Mixez environ 1 min jusqu'à obtenir une purée homogène et assaisonnez selon votre goût.

Astuce du chef : vous pouvez pour finir ajouter quelques dés de tomates.

A servir avec des tortillas (chips de maïs).

Purée de carottes tunisienne


• Préparation : 10 min. • Cuisson : 30 min.

Pour 1 grand bol
350 g de carottes
1 gousse d'ail
3 c.s. d'huile d'olive
1 petit oignon
1 c.c. de cumin
1 c.s. de jus de citron
1 pointe d'harissa
sel

Lavez, pelez les carottes et coupez-les en rondelles. Faites cuire les carottes et l'ail 25 min à la vapeur. Pendant ce temps, faites fondre l'oignon émincé dans 1 c.s. d'huile d'olive, puis ajoutez le cumin et laissez cuire 2 min. Incorporez les carottes, l'ail dégermé, les autres ingrédients et faites revenir 5 min. Laisser tiédir, versez dans la cuve du Micro, rectifiez l'assaisonnement si nécessaire et mixez environ 1 min en incorporant 2 c.s. d'huile d'olive par le compartiment liquides du couvercle jusqu'à obtenir une purée homogène. Laissez refroidir.

Astuce du chef : se mange froid avec du pain, peut aussi accompagner les grillades.



Purée de courgettes

 • Préparation : 5 min. • Cuisson : 25 min.

Pour 1 bol

3 petites courgettes
1 gousse d'ail
1 pincée de chili en poudre
5 c.s. huile d'olive
le jus d'1/2 citron
2 brins de menthe
sel, poivre du moulin

Lavez et coupez les courgettes en rondelles. Faites revenir les courgettes à la poêle dans 3 c.s. d'huile d'olive, avec l'ail écrasé et le chili. Couvrez et laissez cuire 25 min environ en remuant régulièrement. Versez dans la cuve du Micro, assaisonnez selon votre goût, ajoutez le jus de citron, 2 c.s. d'huile d'olive, et les feuilles de menthe. Donnez 4/5 pulsions et laissez refroidir.

Astuce du chef : à tartiner sur des tranches de pain de mie complet grillé.

Houmous

 • Préparation : 10 min. • Cuisson : 5 min.

Pour 1 bol

250 g de pois chiches (boîte)
2 gousses d'ail
2 c.s. d'huile d'olive
4 c.s d'huile de sésame
le jus d'1 citron
sel

Faites chauffer les pois chiches 5 min dans de l'eau bouillante salée. Egouttez-les.

Mettez les pois chiches dans la cuve. Donnez 4/5 pulsions. Ajoutez l'huile de sésame, l'huile d'olive, l'ail, le citron et le sel.

Mixez en continu pendant 10 s.

Mettez au réfrigérateur 30 min.

Astuce du chef : saupoudrez éventuellement de coriandre ou de persil frais. Tartinez l'houmous sur de petits pains Pitas (d'origine grecque ou libanaise), et disposez dessus tomate, concombre, oignon blanc et olives émincés.

Rillettes de thon



Préparation : 5 min.

Pour 1 bol

1 boîte de thon au naturel (190 g net)
2 c.s. de crème fraîche
1 c.c. d'huile d'olive
1 c.c. de moutarde
le jus d'1/2 citron
ciboulette
fleur de sel, poivre

Emiettez grossièrement le thon et versez-le dans la cuve. Ajoutez les autres ingrédients, donnez 4/5 pulsions. C'est prêt !

Astuce du chef : tartinez sur des tranches de pain de campagne grillé.

Sauce dijonnaise



Préparation : 5 min.

Pour 1 bol

2 tranches de jambon blanc
2 c.s de crème fraîche
1 c.c de moutarde à l'ancienne

Placez dans la cuve le jambon coupé grossièrement. Donnez 2/3 pulsions. Ajoutez la crème fraîche et la moutarde à l'ancienne. Donnez 4/5 pulsions. C'est prêt !

Astuce du chef : accompagne des bâtonnets de carottes, courgettes, chou-fleur…



Sauce tomato-poivron



Pour 1 bol

1 bol de mayonnaise à l'huile d'olive
1 poivron rouge
1 tomate
1 gousse d'ail
1 c.c. de concentré de tomate
5 branches de basilic
1 pincée de sucre
sel, poivre

Faites griller le poivron sous le gril du four pendant 15 min environ en le retournant régulièrement. Pendant ce temps, préparez une mayonnaise (voir p. 12) avec de l'huile d'olive et réservez-la. Remplacez l'accessoire émulsionneur par le couteau métal. Pelez, épépinez le poivron et coupez-le en morceaux. Ebouillantez la tomate, pelez-la, retirez les pépins et coupez-la en dés. Dégermez l'ail et coupez-le en 4. Lavez et détachez les feuilles de basilic, ajoutez la mayonnaise. Donnez 2/3 pulsions puis mixez 1 min en continu.

Astuce du chef : servez avec des chips de maïs et des crudités.

Tapenade



Pour 1 bol

250 g d'olives noires dénoyautées
1 c.s. de câpres
2 c.c. de moutarde
1 citron
20 ml d'huile d'olive
Poivre

Dans la cuve, mettez tous les ingrédients sauf l'huile. Mixez environ 30 s jusqu'à obtenir une pommade. Mettez en marche en continu pendant 10 à 20 s et versez l'huile petit à petit par le compartiment liquides du couvercle jusqu'à sa complète absorption.

Astuce du chef : délicieux sur des tranches de pain de campagne grillé. Pour plus de goût, remplacez les olives noires par des olives noires à la grecque dénoyautées ou assaisonnées.



Sauce outre-manche

 • Préparation : 5 min. • Cuisson : 5 min.

Pour 1 grand bol
100 g de cottage cheese
100 g de fromage blanc
1 boîte de crabe (170 g net)
50 g d'olives vertes
1 c.s. de whisky
sel, poivre

Mettez tous les ingrédients dans la cuve. Donnez 2/3 pulsions et mixez 30 s en continu.

Astuce du chef : à déguster avec des biscuits salés.

Tarama

 • Préparation : 10 min.

Pour 1 grand bol
200 g d'œufs de cabillaud ou de carpe
1 citron (jus)
100 ml de lait
1 grosse tranche de pain blanc rassis
100 ml d'huile d'olive
sel, poivre

Retirez la croûte du pain et arrosez-le de lait. Mettez dans la cuve les œufs, le pain essoré, sel et poivre. Mixez environ 5 s jusqu' à obtenir un aspect lisse. Ajoutez l'huile petit à petit par le compartiment liquides du couvercle : le tarama doit avoir la consistance d'une mayonnaise. Versez le jus de citron, rectifiez l'assaisonnement si nécessaire et donnez 4/5 pulsions.

Astuce du chef : à servir sur des blinis chauds ou des rondelles de radis noir.

Tzatziki

 • Préparation : 15 min. + 30 min.

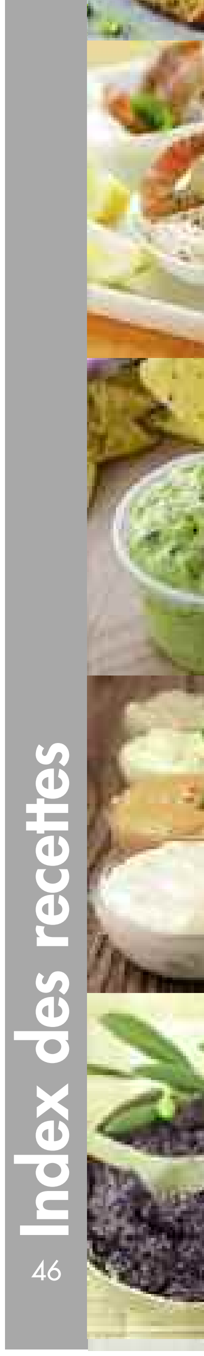
Pour 1 bol
1 petit concombre
2 ½ yaourts grecs
1 gousse d'ail dégermée
2 c.s. d'huile d'olive
1 c.s. de vinaigre de vin
1 brin de menthe
sel, poivre

Pelez le concombre et coupez-le en dés de 2 cm environ. Placez-le dans la cuve et donnez 5 pulsions. Mettez le concombre haché dans une passoire, salez et laissez dégorger 30 min.

Pressez le concombre dans un linge. Hachez la gousse d'ail dans la cuve, puis versez les yaourts grecs, la menthe, l'huile d'olive et le vinaigre, donnez 2/3 pulsions. Ajoutez le concombre, poivrez, et donnez à nouveau 2/3 pulsions.

Astuce du chef : servez-le bien frais sur du pain grillé ou accompagné de poissons froids ou fumés.



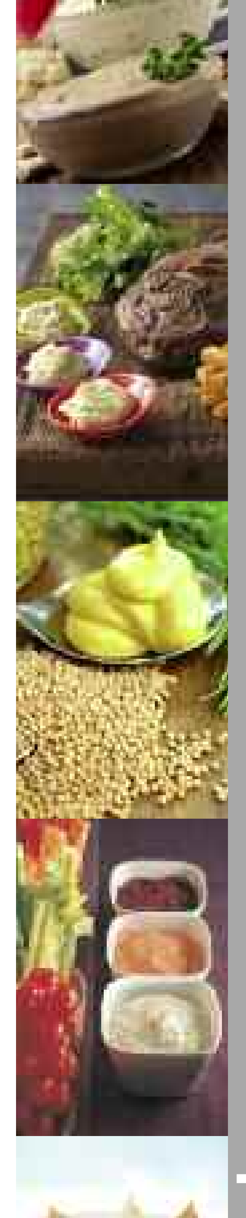


Index des recettes

Les incontournables

Sauces froides pour réveiller vos entrées

A l'heure de l'apéritif



Remerciements : à toutes les personnes qui ont partagé leurs recettes
Photographies : Prise De Vue Production, Studio Crampont, Studio Péchart, Fotolia
Photogravure : Fotimprim - Paris
Imprimé en France par Bezin Haller - Décembre 2013



Ce symbole indique que ce produit ne doit pas être traité avec les déchets ménagers. Il doit être apporté dans un point de collecte adapté au recyclage des équipements électriques et électroniques. Pour connaître l'emplacement des points de collecte, vous pouvez contacter votre municipalité ou votre déchetterie.

Nous nous réservons le droit de modifier à tout moment et sans préavis les caractéristiques techniques de cet appareil.
Les informations figurant dans ce document ne sont pas contractuelles et peuvent être modifiées à tout moment.
© Tous droits réservés pour tous pays par Magimix.

Réf. : 460 006 - 12/2013


PULSE
Le Micro
magimix®



magimix®